新しい旅のスタイル

JR東日本

旅のご準備から旅先まで、
まるっとサポート！

TOHOKU MaaS

東北の旅 スマホでつながる

スマホひとつで、
交通チケットや
観光チケットの購入・
予約・決済がラクラク。

詳しくはコチラ

よぶのる角館
よぶのる一関

「呼んで」「乗る」
旅先での移動に便利な
オンデマンド交通。

エキトマ

EKITOMA TICKET

あなたのスマホがチケットに
えきとまちがつながる
JR東日本の電子チケット
サービス

view CARD

Suicaを便利に
使えるクレジットカード

Suica一体型の
クレジットカードで、
簡単チャージ＆おトクに
ポイントが貯まる！

詳しくはコチラ

JR東日本びゅう ダイナミックレールパック

列車も宿も
自由に選ぶ

列車と宿をまとめて
予約。旅行に、出張に、
ワーケーションにも
便利なサービス。

詳しくはコチラ

キャッシュレスなライフスタイル

Suica　モバイルSuica

新幹線eチケット

ICカードや
モバイルSuicaで、
きっぷを受取ることなく
新幹線にカンタン乗車。

詳しくはコチラ

スマホで予約、タッチで乗車。

えきねっと＋駅レンタカー neo

JRのきっぷとセットで
駅レンタカーがおトクに利用。
JRE POINTも貯まります。

詳しくはコチラ

降りた駅から
すぐ乗れる。

東北を彩る、「者」と「物」。

TOHOKU 東北 MONO

AOMORI MONO　IWATE MONO　MIYAGI MONO　FUKUSHIMA MONO　YAMAGATA MONO　AKITA MONO

東北の「者」と「物」の
価値を最大化し、
東北地域の復興を
加速するために
行うプロジェクト

詳しくはコチラ

新幹線YEAR2022

新幹線イヤー2022 SHINKANSEN YEAR
東北新幹線 大宮―盛岡 開業 40th Anniversary
秋田新幹線 25th Anniversary

特設サイト

2022年、秋田新幹線は25周年、東北新幹線（大宮～盛岡）は40周年を迎えます。各新幹線の周年に合わせて地域を盛り上げる、さまざまな企画を実施予定です。詳細はキャンペーン専用サイトでご確認ください。

北東北三県大型観光キャンペーンガイドブック　2022.7.1→9.30

2022年6月1日発行

発行元：北東北三県観光立県推進協議会

問合せ
青森県　観光国際戦略局　誘客交流課　017-734-9384
岩手県　商工労働観光部　観光・プロモーション室　019-629-5574
秋田県　観光文化スポーツ部　観光振興課　018-860-2261

ドキドキ、キタキタ

北東北

NORTH TOHOKU

北東北三県大型観光キャンペーンガイドブック

2022.7.1 FRI → 9.30 FRI

北東北への旅は、東北新幹線、秋田新幹線で。

ドキドキ、キタキタ

ドキドキ、キタキタ

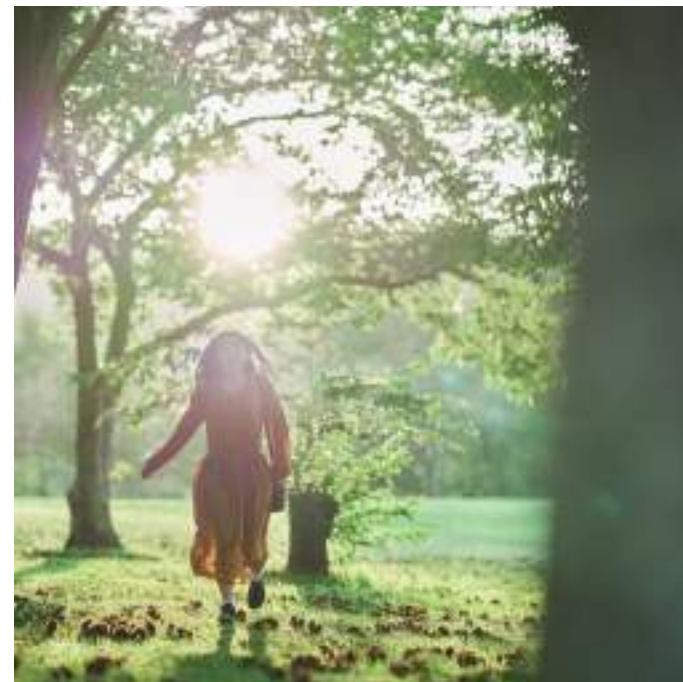
ドキドキ、キタキタ
北東北
NORTH TOHOKU

Contents

アオモリキタ ――――――― !!

イワテキタ ――――――― !!

これほどステキな場所だって、
大人になるまで気づかなかった。
胸が高鳴る、心が躍る、
ウキウキ、ときめく、北東北。

ついにきた、このときが。
時代がようやく追いついてきた。
日本の旅の、新たな愉しみ。
ニューノーマルはこの地から。
ドキドキ、キタキタ 北東北。

ドキドキ、キタキタ

ウマウマ、キタ ――――――― !!

ドキドキ、マタキタ ――――――― !!

ACCESS

秋田

北海道から

- JR　新函館北斗ー秋田【最速3時間38分】(北海道・東北新幹線〜秋田新幹線「こまち」)(北海道新幹線〜奥羽本線)
- 飛行機　新千歳ー秋田【約1時間】(ANA・JAL)
- フェリー　苫小牧東ー秋田【約12時間5分】※日曜日以外　出港

東京から

- JR　東京ー秋田【最速3時間37分】(秋田新幹線「こまち」)
- 飛行機　羽田ー秋田【約1時間5分】(ANA・JAL)　羽田ー大館能代【約1時間10分】(ANA)
- 高速バス　新宿ー秋田【約8時間35分】　池袋ー能代【約10時間40分】　新宿ーにかほー本荘【約9時間30分】

岩手

北海道から

- JR　新函館北斗ー盛岡【最速1時間47分】(北海道新幹線・東北新幹線)
- 飛行機　新千歳ーいわて花巻【約55分】(JAL)

東京から

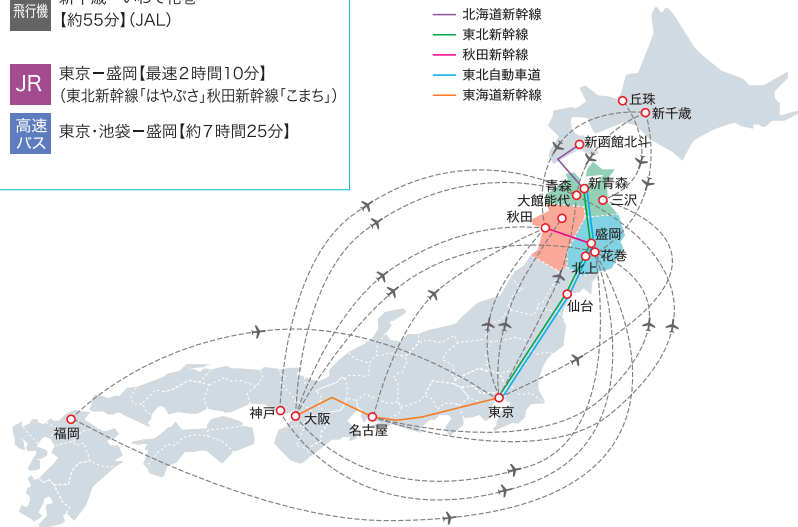
- JR　東京ー盛岡【最速2時間10分】(東北新幹線「はやぶさ」秋田新幹線「こまち」)
- 高速バス　東京・池袋ー盛岡【約7時間25分】

青森

北海道から

- JR　新函館北斗ー新青森【最速57分】(北海道新幹線)
- 飛行機　新千歳ー青森【約50分】(ANA・JAL)　丘珠ー三沢【約60分】(JAL)
- フェリー　函館ー青森【約3時間40分】※運航日　要確認

東京から

- JR　東京ー新青森【最速2時間58分】(東北新幹線「はやぶさ」)
- 飛行機　羽田ー青森【約1時間20分】(JAL)　羽田ー三沢【約1時間20分】(JAL)
- 高速バス　東京・横浜ー五所川原【約10時間〜10時間45分】　東京・横浜ー弘前【約9時間〜9時間45分】　上野ー青森・弘前【約10時間20分〜50分】　東京ー青森【約9時間50分】　東京ー七戸【約11時間10分】

北東北のオリジナル商品を発売

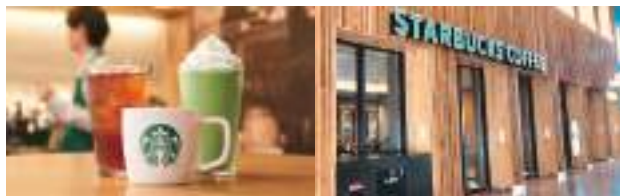
北東北3県（青森県　秋田県　岩手県）の地域ならではのご当地メニューや、地域を代表する優良な原材料を使用したこだわりのオリジナル商品をキャンペーン期間中に発売します。対象商品にキャンペーンロゴマークをつけることで売場、商品を通じて観光キャンペーンを応援します。

https://www.sej.co.jp/company/

ドキドキ、キタキタ 北東北 NORTH TOHOKU

連携企業様のご紹介！

北東北の魅力を再発見！

北東北のスターバックス3県では、各県の地域の魅力を再発見していただけるよう、「スターバックス北東北3県ならではのおもてなし」をお客様に提供して参ります。そのおもてなしを通して、地域の人々が地元にさらに愛着を持ち、県外の方々にも北東北が持つ魅力を知っていただければと思っております。

東北のおいしい拡大中「にぎわい東北」

東北の食の力で「にぎわい」を生み出す、イオンの「にぎわい東北」ブランド。
東北うまれの海産物、野菜や果物、オリジナルデザートなど、食のラインナップは拡大中です。
これからも新鮮でおいしい東北の食材の魅力を、イオン東北のお店、
さらにはオンラインで、東北から全国にお伝えしていきます。

AEON
イオン東北株式会社

https://nigiwai-tohoku.info/

◎掲載情報は2022年3月現在のものです。◎掲載の観光施設、イベント等の情報は変更になる場合がございます。予め出発前にご確認ください。◎パンフレット内のモデルは撮影のため特別にマスクを外しています。ご旅行の際は地域や施設の案内を御確認ください。

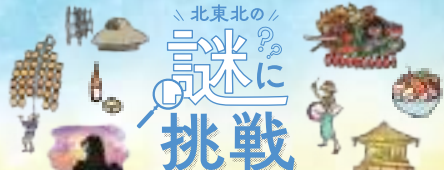
ドキドキ、キタキタ 北東北 NORTH TOHOKU

キャンペーンの「とっておき」に出会える特別な旅を

北東北三県大型観光キャンペーン中、各地の観光スポットや祭り会場において、期間限定イベントや特別体験メニューをご用意しています。
旅の目的地やスケジュールを決める際は、ぜひチェックしてください。

※新型コロナウイルス感染症等の影響により、中止や内容が変更となる場合がございます。

詳細情報はこちら

青森

「11ぴきのねこ」の作者 馬場のぼる ゆかりの地を巡るバスツアー

八戸市美術館での「まるごと馬場のぼる展」の開催に合わせ、故郷の三戸町を巡るバスツアーで、作者が描いた作品の世界観を味わうことができます。「まるごと馬場のぼる展」をご覧の方には、ノベルティをプレゼント。
※実施日 7/17、7/31、8/7、8/21（要予約）
◎問／三戸町まちづくり推進課
TEL 0179-20-1117

弘南鉄道 車両基地見学・ラッセル車操作体験

弘南鉄道の本社を有する弘南線平賀駅構内にある、普段は一般公開していない車両基地内で、全国でも貴重な修繕技術の作業見学やラッセル車などのレトロ車両の操作体験などの特別企画を実施します。
※実施日 7月〜9月（要予約）
◎問／弘南鉄道株式会社業務部　営業課
TEL 0172-44-3136
◎交／弘南鉄道弘南線 平賀駅

十和田湖 夕食前の歴史開運散策

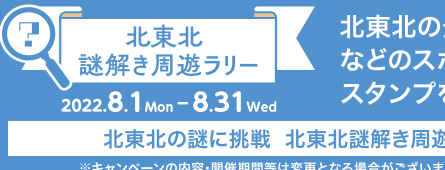
ホテルのチェックイン後、1,000年続く開運スポットの歴史や、自然の話に触れながらガイドと歩く散策ツアーです。賑やかな湖畔が落ち着きを見せ始める夕食前のひとときを楽しむことができます。
キャンペーン期間中は特別料金で実施します。
※実施日 7/1〜8/28の土日
◎問／〜十和田湖の案内人〜遊部屋十和田 TEL 080-1817-0310
◎交／十和田湖休屋エリア

「盛美園」 〜和洋折衷の不思議な世界〜

「盛美園」は明治の三名園の一つとされ、国指定名勝になっています。盛美園・盛美館の景観はスタジオジブリのアニメ作品「借りぐらしのアリエッティ」の舞台の参考になったと言われています。盛美園をガイドが案内し、このプラン限定で通常は非公開となっている2階を特別に見学できます。
※実施日 7/1〜9/30(5日前まで予約)
◎問／(一社)平川市観光協会
TEL 0172-40-2231
◎交／JR弘前駅 車で約15分
弘南鉄道弘南線 津軽尾上駅 徒歩10分

龗(おがみ)神社 「キャンペーン限定御朱印」

「陸奥國八戸総鎮守　法霊山　龗神社」は八戸市内で最古といわれる神社で、「八戸三社大祭」発祥の神社としても知られています。キャンペーン期間中は通常の御朱印とは別に期間限定の特別なデザインの御朱印をご用意します。
※実施日　7/1〜9/30
◎問／龗(おがみ)神社
TEL 0178-22-1770
◎交／JR本八戸駅下車 徒歩5分

岩手

つなぎでつなぐ 盛岡さんさ踊り

岩手県を代表する夏祭り「盛岡さんさ踊り」。つなぎ温泉にご宿泊のお客さまを対象としたナイトプログラムとして、普段はまつり期間中しか見ることができない「盛岡さんさ踊り」を特別公演。
※実施日 4/22〜10/31
（※7/31〜8/7除く）
◎問／つなぎ温泉観光協会
TEL 019-689-2109
◎交／JR盛岡駅から車で約30分

三陸大槌町 郷土芸能かがり火の舞

三陸沿岸の大槌町は郷土芸能が盛んな町。毎年9月に行われる大槌まつりの前夜祭「宵宮」では、神様への舞が奉納され、幻想的な雰囲気に包まれます。
この「宵宮」の雰囲気を観光客の皆さまにも体感していただきたいと、キャンペーン期間の特別企画として小鎚神社の境内で7月2日、23日、8〜9月第2・4土曜20〜21時に開催します。
◎問／大槌町観光交流協会
TEL 0193-42-5121
◎交／三陸鉄道大槌駅から徒歩約8分

花巻温泉バラ園・宮沢賢治設計日時計花壇 花巻温泉4館宿泊者限定 入園料20%OFF!!

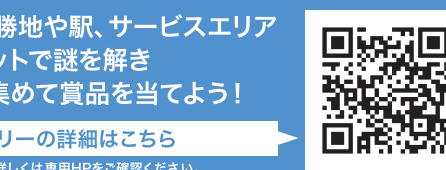
宮沢賢治が設計した南斜花壇があった場所に造られた花巻温泉内のバラ園には、広さ5,000坪の敷地に約450種・6,000株を超えるバラの花が咲き誇り、四季折々の豊かな色彩と香りを楽しむことができます。今回、キャンペーン特別企画として花巻温泉4館（佳松園、ホテル紅葉館、ホテル花巻、ホテル千秋閣）にご宿泊のお客さまを対象に、入園料20%OFFを実施いたします。
※実施日　7/1〜9/30
◎問／花巻温泉総合予約センター
TEL 0198-37-2111
◎交／JR新花巻駅から車で約20分

世界文化遺産 「橋野鉄鉱山」のガイドで わが国の産業近代化を知る

明治日本の産業革命遺産を構成する資産の一つである「橋野鉄鉱山」は、製鉄・製鋼の分野でわが国の近代化を牽引してきました。その産業近代化の軌跡を学ぶとともに、周辺の震災伝承施設の見学等復興ガイドもコーディネートすることもできます。キャンペーン特別企画として、本ガイドブックを持参された方に釜石鉱山の地中深くから湧き出る「ナチュラルミネラルウォーター仙人秘水」をプレゼントいたします。
◎問／釜石観光物産協会
TEL 0193-22-5835
◎交／JR釜石駅から車で約50分（橋野鉄鉱山）

ガイドと歩く 賢治作品ゆかりの地めぐり

宮沢賢治の故郷、花巻市。JR花巻駅周辺に点在する宮沢賢治ゆかりの地を地元ガイドの案内で徒歩で巡る周遊ツアーを特別企画として開催。花巻おもてなし観光ガイドがご案内いたします。
※実施日 7/1〜9/30の土・日・祝日（予定）
◎問／花巻観光協会
TEL 0198-29-4522
◎交／JR花巻駅から徒歩で約0分

秋田

「縄文×スイーツマップ」で 市内の絶品スイーツ巡り!

世界文化遺産　伊勢堂岱遺跡など北秋田の縄文文化と市内スイーツのコラボレーション企画！縄文の風を感じるスイーツを巡ってお楽しみください。
◎問／北秋田市観光物産協会
TEL 0186-62-1851
◎交／JR鷹ノ巣駅から車で約15分圏内の店舗で実施
※商品画像はイメージです。時期やタイミングにより、提供する商品が異なる場合がございます。

「秋田竿燈まつり」を先取り! まつり練習体験

8月3日〜6日に開催される「秋田竿燈まつり」の練習体験を通して、まつりの雰囲気を先取りする企画です。
◎開催日／7月の月・水・木曜日
◎問／秋田市竿燈まつり実行委員会
TEL 018-888-5602
◎開催場所／秋田市役所
◎交／「秋田駅西口」バス停から約10分「県庁市役所前」バス停下車

超神ネイガーガイド付 ジオパークツアー

元滝伏流水、九十九島などの地元ジオスポットを地産地消ヒーロー「超神ネイガー」のガイド付定期ツアーでお楽しみいただけます。
◎問／にかほ市観光協会
TEL 0184-43-6608
◎交／JR象潟駅から車で約15分(元滝伏流水まで)

明治の秋田三大地主 旧本郷家住宅特別公開

旧本郷家住宅に加え、普段は非公開の旧北島家住宅、さらに旧荒川家も含めた三家の内蔵を公開します。オプションでカフェプランも。
◎問／株式会社角間川
TEL 080-9653-8211
◎交／JR大曲駅からバスで約18分(角間川線 角間川中上町下車 徒歩約3分)

名物女将から教わる 味噌玉づくり体験・特別ランチ付 （旬菜みそ茶屋くらを）

大正創業のこうじ店による味噌玉づくり体験と発酵食ランチの特別プラン。横手市の発酵食文化を満喫できます。
◎問／横手市観光推進機構
TEL 0182-38-8653
◎交／JR十文字駅から車で約10分

2022.8.1 Mon − 8.31 Wed

北東北の景勝地や駅、サービスエリアなどのスポットで謎を解きスタンプを集めて賞品を当てよう！

北東北の謎に挑戦　北東北謎解き周遊ラリーの詳細はこちら

※キャンペーンの内容・開催期間等は変更となる場合がございます。詳しくは専用HPをご確認ください。

北東北 世界遺産の世界

日本で最初の世界自然遺産「白神山地」をはじめ、
奥州藤原氏による黄金の理想郷「平泉」や
明治日本の産業革命を支えた「橋野鉄鉱山」といった
世界文化遺産も擁し、国内屈指の登録数を誇る北東北エリア。
2021年の「北海道・北東北の縄文遺跡群」世界文化遺産登録は、
北東北という土地の持つ大きな価値やその独自性を、
より確かなものとして世界へ発信する機会となりました。

提供／八戸市埋蔵文化財センター是川縄文館

世界遺産キタ――――――!!

世界文化遺産
北東北の縄文遺跡群

今回登録された世界文化遺産の構成資産17遺跡のうち北東北3県には11遺跡がある。縄文時代の人々は、この地の豊かな自然の恵みを受けながら、1万年以上にわたり定住していました。その生活や精神文化を今に伝える貴重な遺跡の一部をご紹介します。

出典：JOMON ARCHIVES（八戸市教育委員会撮影）

是川石器時代遺跡 青森

八戸市新井田川近くにある3遺跡の総称。中でも縄文晩期の中居遺跡は、漆器や土偶に代表される優れた出土品が多いことで有名です。八戸市埋蔵文化財センター「是川縄文館」で見学できます。
●JR八戸駅より車で約15分
●八戸市埋蔵文化財センター是川縄文館0178-38-9511

三内丸山遺跡 青森

日本最大規模の縄文遺跡で、前期から中期にかけての集落跡。敷地には復元された住居などが並び、まるでタイムスリップしたかのよう。出土品を展示するミュージアムや体験工房などもあり充実。
●JR新青森駅より車で約10分　●三内丸山遺跡センター 017-766-8282

縄文ドキ――――――!!

大湯環状列石 秋田

2つの環状列石を主体とする縄文後期の遺跡。もとは集団墓で、さまざまな祭祀儀礼を行う場所であったとも考えられます。復元された掘立柱建物やガイダンス施設「大湯ストーンサークル館」も必見。
●JR十和田南駅より車で約10分
●大湯ストーンサークル館0186-37-3822

伊勢堂岱遺跡 秋田

大湯環状列石と同時代につくられたもので、4つの環状列石を主体とし、建物跡や日時計状組石を持つことなども共通しています。ガイダンス施設「伊勢堂岱縄文館」では土器や土偶などの出土品を展示。
●秋田内陸線縄文小ヶ田駅より徒歩で約8分
●伊勢堂岱縄文館0186-84-8710

御所野遺跡 岩手

縄文中期の集落跡。同じ土地に約800年もの長い間人々が定住していたと考えられ、縄文社会の移り変わりをたどる上で重要なキーとなる遺跡です。敷地内の御所野縄文博物館も見応えあり。
●IGRいわて銀河鉄道一戸駅より車で約6分
●御所野縄文博物館0195-32-2652

世界自然遺産
白神山地 青森・秋田

青森・秋田の2県にまたがる山地帯。世界最大級のブナの原生林が自生し、豊かな生態系が手付かずの自然のままに保たれていることから、1993年に世界自然遺産に認定されました。ぜひ散策コースを歩き、約8,000年前から続く神秘の森を肌で感じてください。
●JR弘前駅より車で約40分（白神山地ビジターセンター）、JR二ツ井駅より車で約20分（白神山地森のえき）
●白神山地ビジターセンター 0172-85-2810、白神山地森のえき0185-79-2518

広大な土地に原生林や湖沼、滝や渓谷など絶景スポットが多数。多様な動植物や昆虫類などが生息し、まるで森林博物館のよう。（写真／岳岱（だけだい）自然観察教育林）

金ピカキタ――――――!!

世界文化遺産
平泉 仏国土（浄土）を表す建築・庭園及び考古学的遺跡群 岩手

仏教の浄土思想に基づいてつくられた寺院や庭園などの遺跡群が大切に保存されている平泉。金色堂で有名な中尊寺や、優美な庭園を持つ毛越寺などに代表される理想世界の表現は、世界でも他に例がないものとされています。
●JR平泉駅より車で約5分（中尊寺）
●中尊寺事務局0191-46-2211

世界文化遺産
橋野鉄鉱山 明治日本の産業革命遺産 岩手

近代製鉄の父・大島高任の指導によって築造された、現存する日本最古の洋式高炉跡を持つ鉱山遺跡。散策ルートやインフォメーションセンターがあり、日本の近代化を支えた「鉄のまち・釜石」の歴史を楽しみながら学べます。
●JR釜石駅より車で約50分
●橋野鉄鉱山インフォメーションセンター 0193-54-5250

美しい森林に囲まれた鉱山遺跡で、現在は３基の洋式高炉跡を常時公開。
写真は大島高任が手掛けた「三番高炉」の跡地

青森

青森のニューノーマル

New Normal AOMORI

大自然の中で、ではなく「大自然と遊ぶ」場所。五感を解放し、癒される「青森リトリート」へ出発！

現代人のデトックスには、ここ、青森が最適です。

青森からは、雄大な自然を体感できるとともに、ヒーリング効果もバツグンな旅のメニューをご提案します。「奥入瀬渓流」では、美しい緑とせせらぎに癒される森林浴ハイキングを。種差海岸で行う朝ヨガは、潮風と波の音に包まれる最高のロケーションが評判です。他にも、童心に帰る水辺のレジャーや、秘境感たっぷりの神社など、土地にあふれるパワーを感じながら存分にお楽しみください。夜は「ランプの宿 青荷温泉」で、“デジタルデトックス体験”なんていかがでしょう。

奥入瀬渓流 十和田湖を水源とする「奥入瀬川」の最上流部、約14kmが奥入瀬渓流と呼ばれる区間です。渓流沿いには散策路が設けられ、大小さまざまな滝や樹木、コケやシダなどを眺めながら歩くことができます。爽やかな水音や森林の香りに包まれて過ごせば、心身ともにリフレッシュできること間違いなしです。

●JR七戸十和田駅より車で約1時間
●奥入瀬渓流館0176-74-1233

new normal aomori

奥入瀬渓流コケさんぽ

奥入瀬の美景を際立たせる「コケ」に注目する、少人数制のガイドツアー。300種類ものコケ植物が自生する奥入瀬をミクロの世界から鑑賞し、その奥深い魅力にふれてください。

●JR七戸十和田駅より車で約1時間
●(株)ESARIO0176-27-0499

種差朝ヨガ

三陸復興国立公園の種差海岸で、5〜9月下旬の毎週土曜日に行う朝ヨガ。早朝のフレッシュな空気に包まれ、海を眺めながらのヨガは爽快の一言。初心者も気軽に参加できます。

(新型コロナウイルス感染防止のため中止となる場合がございます。予めご了承ください。)

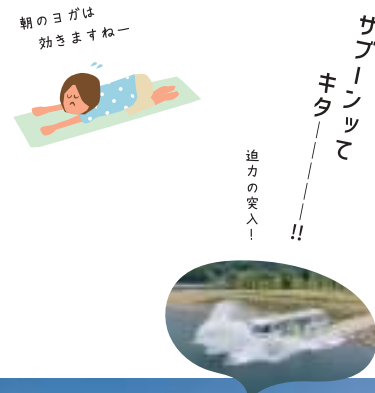
●JR種差海岸駅より徒歩で約3分
●種差あねっこ(石橋)0178-38-2221

髙山稲荷神社

津軽半島中部の沿岸部にある「千本鳥居」で有名な神社。真っ赤な鳥居が参道に無数に連なる光景は、荘厳で大迫力の美しさです。五穀豊穣や海上安全、商売繁盛の神様が祀られています。

●JR五所川原駅より車で約40分
●高山稲荷神社0173-56-2015

ザブーンってキタ——!!

迫力の突入！

01. 水陸両用バス／ニシメヤ・ダムレイクツアー

世界遺産・白神山地のダム湖へ、東北初の水陸両用車で「レッツ・スプラッシュ！」。窓ガラスのないバスが、陸から湖に入る感覚はまるでアトラクション。水上からの眺めも最高です。

●JR弘前駅より車で約30分(道の駅津軽白神)
●(一財)ブナの里白神公社津軽白神ツアー 0172-85-3315

02. 蔦沼

名湯・蔦温泉の裏手に位置する湖沼群の総称。「沼めぐりの小路」及び「野鳥の小路」が整備され、気軽にバードウォッチングを楽しみながらトレッキングができます。新緑から錦秋は特に美しく、野鳥やカエルたちの声も彩りを添えてくれます。

●JR七戸十和田駅より車で約1時間
●(一社)十和田奥入瀬観光機構0176-24-3006

03. 手作り雑貨体験工房 IRODORI (いろどり)

県中央部に位置する黒石市の、風情あふれる中町こみせ通りにある体験工房。夏の風物詩「ねぷたまつり」などで実際に使われたねぷた絵を再利用し、うちわや灯篭の手作り体験ができます。

●弘南鉄道黒石駅より車で約5分
●IRODORI(いろどり)0172-55-6188

04. ランプの宿 青荷温泉

南八甲田山の麓、青荷渓谷沿いにある一軒宿。電気がなく電波も届かない館内には、日が暮れるとランプの優しい明かりが灯ります。内湯と露天合わせて4つある風呂は秘湯感たっぷりで、夕食の山菜や川魚を使った田舎料理も評判です。

●弘南鉄道黒石駅より車で約40分
●(一社)黒石観光協会0172-52-3488

05. 十和田湖カヌーツアー

ブナの森に抱かれた美しいカルデラ湖を、カナディアンカヌーで「湖上散歩」するツアー。周辺の自然環境と成り立ちについて、ガイドが分かりやすく解説します。野鳥のさえずりを聞きながらパドルを自分で操り、森や水の中で生きる生物たちとの一体感を楽しみましょう。

●JR七戸十和田駅より車で約1時間20分(宇樽部キャンプ場)
●Towadako Guide house櫂080-1681-1036

01

(一社)十和田奥入瀬観光機構

02

03

04

05

岩手

岩手のニューノーマル

New Normal IWATE

安比高原 雲海ゴンドラ・天空ナイトゴンドラ

北東北のほぼ中央部に位置し、年中さまざまなレジャーが体験できる安比高原。夏から秋にかけてのおすすめは、景観を楽しむゴンドラ遊覧です。天候によっては幻想的な雲海が見られることも。期間限定で運行する「天空ナイトゴンドラ」からの星空鑑賞もロマンチックです。

●JR安比高原駅より車で約10分
●ANAクラウンプラザリゾート安比高原0195-73-5010

トキメキ&キラキラが止まらない！新時代のユートピア・岩手が織りなすロマンあふれる季節を旅しよう。

new normal iwate

ココロを潤す、みちのくの桃源郷へ。

岩手からは、土地が持つ豊かなストーリーに触れられる、ちょっぴりオトナな旅のコンテンツをご紹介。震災から復興の歩みを体感する鉄道の旅、三陸の海を満喫する夏ならではの体験。そして満点の星空や雲海、貴重なホタルの優しい光、幻想的なライトアップなど、好奇心をかきたてるメニューが満載です。かつて宮沢賢治が本当の幸せを追い求め「イーハトーブ」と呼んだ岩手は、今も色褪せない魅力をもって、私たちを惹きつけています。

三陸鉄道リアス線

三陸海岸沿いの163kmを走る、日本一長い第三セクター鉄道。車窓からは海岸線の絶景や、復興が進む沿岸部の街並みを見ることができます。沿線には県内屈指の景勝地、浄土ヶ浜や北山崎などの見所や、新鮮魚介が味わえるグルメスポットなどが充実。多彩なイベント列車も要チェックです。

●三陸鉄道（株）旅客営業部0193-62-7000

01.久慈地下水族科学館もぐらんぴあ

三陸の海の豊かな環境や生物の魅力を発信する日本唯一の「地下水族館」。夏の期間は普段は見ることができない、夜の水族館を探索するナイトツアーを実施します。（7日前までに要予約）

●JR久慈駅より車で約15分
●久慈地下水族科学館もぐらんぴあ0194-75-3551

02.三陸の無人島・オランダ島で「山田式キャンプ飯体験」

波穏やかな山田湾に浮かぶ無人島・オランダ島。まるで南国リゾートのようなエメラルドグリーンの海が広がります。絶景を楽しみつつ、地元で採れた新鮮な貝などの蒸し焼きをメインとした"山田式キャンプ飯体験"はいかがでしょうか。（要予約）

●三陸鉄道陸中山田駅より徒歩で約5分（山田漁港）
●山田町観光協会0193-65-7901

03.釜石湾漁船クルーズ

小型漁船に乗り、釜石湾を巡る約90分間のクルーズへ。リアス式海岸や釜石大観音を、海上の正面から眺めてみませんか。船でしか行けない秘境スポットも必見（2日前までに要予約）。

●JR釜石駅より車で約10分
●釜石魚河岸にぎわい館「魚河岸テラス」0193-27-5566

04.高田松原海水浴場

震災により約7万本の松とともに消失した白砂青松の「高田松原」。日本百景にも選ばれた美しい砂浜を復活させようと、養浜工事と松の植樹活動が続けられ、昨年11年ぶりに海水浴場として海開きとなりました。

●JR大船渡線BRT 奇跡の一本松駅から徒歩約10分
●陸前高田市観光物産協会0192-54-5011

05.めがね橋（宮守川橋りょう）

「SL銀河」も走るJR釜石線のアーチ橋。岩手出身の童話作家宮沢賢治は、この橋を走る釜石線の前身「岩手軽便鉄道」をモデルに名作「銀河鉄道の夜」を描いたとも。夕暮れになるとライトアップされ、見る人々を幻想の世界へいざないます。

●JR宮守駅から徒歩約10分（道の駅みやもり敷地内）
●（一社）遠野市観光協会0198-62-1333

06.ダム施設初の日本夜景遺産 錦秋湖大滝ライトアップ（湯田貯砂ダム）

7月から10月上旬の間、ダム湖内にある貯砂ダムから落ちる水がカーテンのようになって現れる滝。日中は一般開放され滝の内側の通路から鑑賞でき、飛び散る水しぶきやその音の迫力は圧巻。また、夜間はライトアップされ、七色のグラデーションカラーに彩られた幻想的な滝を楽しめます。

●JR北上線 ほっとゆだ駅から車8分
●西和賀町観光協会0197-81-1135

01

02

03

04

撮影：岩手県花巻市 宮前妙子
05

06

折爪岳のヒメボタル

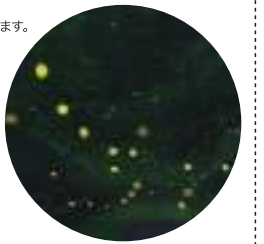
豊富な湧水によって育まれたブナ・ミズナラ林が広がる県北部の折爪岳は、全国有数のヒメボタル生息地として、県の天然記念物に指定されています。優しい光の明滅は例えようのない美しさで、例年7月中旬に見頃を迎えます。

※鑑賞の際は予約が必要な場合があります。詳細は下記HPにてご確認ください。

●JR二戸駅より車で約30分
●折爪岳振興協議会HP
折爪岳〜ホタルと風の調和〜
https://oritsumedake.com/

ケンジキタ――!!

宮沢賢治「雨ニモマケズ」実物の手帳公開！！

資料提供林風舎

宮沢賢治の故郷、花巻市。宮沢賢治記念館では、キャンペーン特別企画として、有名な「雨ニモマケズ」の手帳を特別公開。(期間:9/16-25)
また、宮沢賢治童話村で開催予定の「童話村の森ライトアップ」は、国内外から多くの来場者が訪れる県内有数のイベントで、手帳の公開期間は特別に連日開催します。※ライトアップの開催日は花巻市HPをご確認ください。

●JR新花巻駅から車約3分 ●宮沢賢治記念館0198-31-2319

©MIRRORBOWLERS

この体験、自慢しちゃって！秋田の大自然とディープな文化が日本のスタンダードになる!?

秋田にココロ奪われたら最後、深い魅力のトリコに…。

秋田からは、絶景・定番スポットでの「よりディープな」楽しみ方をご紹介。神秘の湖・田沢湖では、各種ウォーターアクティビティをはじめ、全国的にも珍しいレジャーが体験できます。他にも、男鹿半島の伝統行事「なまはげ」や大館市が誇る「秋田犬」、横手市の「まんが美術館」など、国内外で人気の高いコンテンツをさらに深く楽しめるスポットが多数。ノスタルジックな情緒あふれる乳頭温泉郷で写真を撮れば、「ザ・日本の田舎、秋田にキター!!!」と自慢できること間違いなしです。

new normal akita

田沢湖アウトドアアクティビティ

秋田の代表的な景勝地の一つである田沢湖。近年ではSUP(スタンドアップパドル)やカヤックなどのパドルスポーツをはじめ、木に吊るす「空中テント」や湖に浮かぶ「水上テント」、シャワークライミングといった豊富な最新レジャーも注目されています。電動キックボードをレンタルしての周辺観光も要チェック。

●JR田沢湖駅より車で約10分
●SUP：秋田アドベンチャーガイド 090-9516-5114
●空中テント/水上テント：田沢湖キャンプ場 0187-43-2990
●電動キックボード：田沢湖レンタサイクル 0187-42-8319

大館市観光交流施設「秋田犬の里」

秋田犬の魅力が詰まった観光交流施設。その特徴や歴史を楽しく学べる「秋田犬ミュージアム」をはじめ、キュートなグッズや特産品などを購入できるお土産コーナーがあります。そして何といっても一番の見所は、ホンモノに会える「秋田犬展示室」。モフモフの愛くるしい姿に癒されます。

●JR大館駅より徒歩で約2分
●大館市観光交流施設「秋田犬の里」0186-59-4649

01. 乳頭温泉郷

十和田八幡平国立公園の乳頭山麓に位置する7つの湯が形成する温泉郷。大自然に抱かれた環境と昔ながらの雰囲気が魅力で、どこを切り取っても絵になる美しさです。

●JR田沢湖駅より車で約20分(鶴の湯温泉入口前バス停)
●仙北市田沢湖観光情報センター「フォレイク」0187-43-2111

02. 秋田国際ダリア園

日本を代表するダリア産地・秋田市にあるオープンガーデン。約700品種7,000株もの色鮮やかなダリアが咲き乱れる様子は夢のような美しさです。例年8月中旬から11月初旬に開園。

●JR秋田駅より車で約30分、秋田空港より車で約10分
●秋田国際ダリア園018-886-2969

03. 米代川カヌー

5月から10月にかけて、秋田を代表する河川・米代川をカヌーで下る体験ができます。雄大な自然を肌で感じ、水上からの景色を楽しみましょう。

●JR二ツ井駅より車で約5分
●二ツ井町観光協会0185-73-5075

01

03

04

05

02

04. 横手市増田まんが美術館

「マンガ原画」をテーマとする本格的な美術館。原画収蔵数は40万枚以上。直筆原画の展示をはじめ、マンガの歴史や制作方法を学べる展示コーナーのほか、2万5000冊以上の蔵書数を誇るマンガライブラリーやマンガカフェなどもあり一日中楽しめます。

●JR十文字駅よりバス+徒歩で約15分
●横手市増田まんが美術館0182-45-5569

05. 秋田内陸線

県内陸部を縦貫する長さ94.2kmのローカル線。のどかな里山の大自然の中、地域密着型の鉄道ならではの温かな雰囲気にふれられるのが魅力です。多彩なイベント列車の乗車もおすすめ。

●秋田内陸縦貫鉄道(株)0186-82-3231

なまはげ館・男鹿真山伝承館

民俗行事「男鹿のナマハゲ」の習俗を間近で体感。なまはげの面約150枚を一堂に集めた「なまはげ勢揃いコーナー」は必見です。解説員が男鹿のナマハゲについて説明してくれます。

●JR男鹿駅より「なまはげシャトル」で約30分　●なまはげ館0185-22-5050

ゴジラ岩

潮瀬崎と呼ばれる磯場にある岩で、シルエットがゴジラに似ていることからこの名がつきました。タイミングの合った夕方には、口元に夕日が重なる「火を噴くゴジラ」の撮影チャンスを求め、多くの人が訪れます。

●JR男鹿駅より車で約15分
●男鹿市観光協会0185-24-4700

北東北には魂を揺さぶる夏祭りがある。

あきたの祭り

1 秋田竿燈まつり

五穀豊穣や厄除けを願う行事として8月3〜6日に開催。稲穂に見立てた約280本もの巨大な竿燈が大通りを埋め尽くす様子は幻想的な美しさです。竿燈を操る「差し手」の技も見事。

●JR秋田駅より徒歩で約15分
●秋田市竿燈まつり実行委員会事務局018-888-5602

2 西馬音内盆踊り

8月16〜18日に開催される日本三大盆踊りの一つ。かがり火の中で、編み笠や頭巾で顔を隠した踊り手たちがあでやかに舞う光景は、何とも神秘的です。

●JR湯沢駅より車で約20分
●羽後町みらい産業交流課0183-62-2111
●羽後町観光物産協会0183-55-8635

3 全国花火競技大会「大曲の花火」

全国から選び抜かれた一流花火師たちが日本一を目指し、精魂込めて制作した作品を打ち上げます。最高賞である内閣総理大臣賞をはじめ、数々の褒賞が授与される、国内で最も権威と歴史を兼ね備えた競技大会です。毎年8月最終土曜日に開催。

●JR大曲駅より徒歩で約30分
●大曲商工会議所花火振興事業部0187-88-8073

4 能代七夕 天空の不夜城

江戸〜明治期に行われた伝統行事が2013年に復活。最大24m超の城郭灯籠2基が、町内を勇壮に練り歩きます。2022年は、8月2日〜3日開催予定。

●能代市役所周辺
●能代七夕 天空の不夜城協議会事務局
0185-74-5109

5 土崎神明社祭の曳山行事

●7月20〜21日(JR土崎駅周辺)
●土崎港祭り実行委員会018-845-2264

6 角館祭りのやま行事

●9月7〜9日(JR角館駅周辺)
●仙北市観光情報センター「角館駅前蔵」
0187-54-2700

7 花輪祭の屋台行事

●8月19〜20日(JR鹿角花輪駅周辺)
●花輪ばやし祭典委員会事務局0186-22-6088

2016年に、ユネスコ無形文化遺産に登録された秋田県内3つの伝統行事。武者人形を飾った曳山を「港ばやし」に乗せて運行する「土崎神明社祭の曳山行事」、迫力満点の「やまぶっつけ」が見られる「角館祭りのやま行事」、豪華絢爛な屋台を夜通し運行する「花輪祭の屋台行事」など、地域ごとに特色があります。

あおもりの祭り

1 弘前ねぷたまつり

今年文献登場300年を迎える弘前ねぷた。武者絵や美人絵などが描かれた優美なねぷたが、城下町を囃子とともに練り歩きます。8月1〜7日開催。

●JR弘前駅および土手町商店街周辺
※コースは日にちにより異なります。
●弘前市立観光館0172-37-5501

2 五所川原立佞武多

20m以上もの高さがある人形灯籠が特徴。闇夜の中、美しくも巨大なかぐやに見下ろされる光景は大迫力です。8月4〜8日開催。

●JR五所川原駅周辺
●(一社)五所川原市観光協会0173-38-1515

3 八戸三社大祭

市内3神社による合同例祭で、7月31日〜8月4日に開催。一番の見所は27台の豪華絢爛な山車の運行で、神楽や虎舞なども見られます。

●八戸市中心街
●八戸市観光課0178-43-9536
●(一財)VISITはちのへ0178-70-1110

4 青森ねぶた祭

例年8月2〜7日に開催される、東北の夏祭りの代表格。巨大な灯籠(ねぶた)の運行を、熱気あふれるお囃子と大勢の踊り手(ハネト)たちが盛り上げる様子は圧巻です。

●JR青森駅周辺
●(公社)青森観光コンベンション協会
017-723-7211

いわての祭り

1 盛岡さんさ踊り

藩政時代から受け継がれる、岩手を代表する夏祭り。勇壮な太鼓と笛のお囃子に合わせ、鮮やかな衣装を身にまとった踊り手たちが華麗な群舞を繰り広げます。8月上旬開催。

●盛岡市内　●盛岡さんさ踊り実行委員会019-624-5880

2 日本のふるさと「遠野まつり」と「遠野南部流鏑馬」

今年50周年を迎える「遠野まつり」は遠野最大のイベント。地域の伝統芸能が一堂に会するほか、360年超の歴史を持つ流鏑馬も。9/17ー18開催。

●遠野市内　●遠野市産業部観光交流課0198-62-2111

3 花巻まつり

430年の歴史を持つ祭りで、世界記録を達成した100基超の神輿パレードをはじめ、アセチレンガスの炎ゆらめく美しい風流山車、古来より踊り継がれてきた民俗芸能の鹿踊や神楽権現舞など、見どころがたくさん。例年、9月第2土曜日を中日とする金〜日曜日の3日間開催。

●花巻市内
●花巻市商工観光部観光課0198-41-3542

4 久慈秋まつり

1360年代から続く歴史と伝統を誇る岩手県北最大規模の祭り。市内8つの組が毎年制作する豪華絢爛な山車の運行は必見。例年9月第3木〜日曜日開催。

●久慈市内
●(一社)久慈市観光物産協会0194-66-9200

5 三陸・大船渡夏まつり

港町を彩る海の祭典。海上に放たれる約8,000発の花火と、イルミネーションで輝く船団の競演が見所です。8月上旬開催。

●大船渡市内
●三陸・大船渡夏まつり実行委員会
0192-26-2141

自然＝爽絶景

Superb view of North Tohoku

自然豊かで、絶景スポットに恵まれた北東北。
地元民でさえ、目にする度に感嘆してしまう
とっておきの場所をご紹介します。
ただし、これもごく一部であることをお忘れなく…。

浄土ヶ浜 三陸復興国立公園にあり、三陸を代表する景勝地。透明度が高く美しい海の間に、白い流紋岩が林立する景観はまさに異世界で、極楽浄土を思わせる美しさ。7月には新しい遊覧船もデビュー。三陸ジオパーク・ジオサイトを巡るクルージングをお楽しみいただけます。 ●JR宮古駅より車で約10分 ●(一社)宮古観光文化交流協会0193-62-3534

岩手

Superb view of IWATE

01

02

03

01. 龍泉洞

日本三大鍾乳洞の一つで、洞内に生息するコウモリとともに国の天然記念物に指定されています。ライトアップされた地底湖も必見です。

●JR盛岡駅より車で約2時間／三陸鉄道岩泉小本駅より車で約30分
●岩泉町龍泉洞事務所0194-22-2566

02. みちのくあじさい園

日本一の規模とも言われる一関市のみちのくあじさい園。例年6月下旬から7月中旬までの期間、約400種類・約40,000株のあじさいが咲き誇ります。最近では色とりどりのあじさいを浮かべたあじさい池も話題に。

●JR一ノ関駅から車約20分
●みちのくあじさい園0191-28-2349

03. 矢巾町 夏の風物詩 “ひまわり畑”

宮沢賢治ゆかりの南昌山をバックに約40万本のひまわりが咲き誇る矢巾町の煙山ひまわりパーク。町内には昨年新たに和味ひまわりパークも整備されました。例年約2万人前後が訪れる観光スポットで、矢巾町の夏の風物詩です。

●JR矢幅駅から車で約15分（煙山ひまわりパーク）
●矢巾町役場産業観光課019-611-2605

秋田

Superb view of AKITA

01

02

03

01. 森吉山

多彩な高山植物の宝庫で「花の百名山」としても知られる森吉山。山頂に続くゴンドラからは、360度の壮大なパノラマが気軽に楽しめます。

●秋田内陸線阿仁合駅より車で約25分（阿仁ゴンドラ）
●北秋田市観光案内所0186-62-1851

02. 雲昌寺のアジサイ

手塩にかけて育てられたアジサイは一株に付く花の数が多く、ボリュームたっぷり。満開になると境内一面が真っ青に染まり、彼方に広がる北浦の港町、男鹿の海原と美しく調和します。（見頃/6月下旬～7月上旬）

●JR男鹿駅から車で約20分
●男鹿駅観光案内所0185-24-2100

03. 元滝伏流水

鳥海山の地中に染み込んだ水が、長い歳月をかけて地表に湧き出しているスポット。岩肌に幾筋にも流れる水と、豊かな苔とのコントラストが見事です。

●JR象潟駅より車で約15分
●にかほ市観光協会0184-43-6608

青森

Superb view of AOMORI

01. 津軽鉄道

津軽五所川原駅から津軽中里駅間20.7kmを結ぶ、本州最北のローカル鉄道。車窓からは名峰・岩木山の雄大な山容を望めます。

●津軽鉄道(株)0173-34-2148

02. 弘南鉄道

弘前市起点の2路線を持つローカル鉄道。大鰐線は「りんご畑鉄道」弘南線は「田んぼ鉄道」という愛称の通り、素朴で美しい景観が自慢です。

●弘南鉄道(株)0172-44-3136

03. 青池

世界遺産・白神山地の西部に位置する湖沼群、通称「十二湖」の一つ。透明度の高い水がコバルトブルーに輝く神秘的な光景が見られます。

●JR十二湖駅より車で約12分
●深浦町観光協会0173-82-0875

04. 仏ヶ浦

下北半島の景勝地で国の天然記念物。約2kmにわたり白緑色の凝灰岩が見せる造形美は、極楽浄土を思わせます。遊覧船での観光も人気。

●JR下北駅より車で約1時間30分
●佐井村役場総合戦略課0175-38-2111

田んぼアート 田んぼを巨大なキャンバスに見立て、色の異なる稲を植えて絵柄を制作する「田んぼアート」の発祥地。繊細な表現に圧倒されます。 ●弘南鉄道田舎館駅・田んぼアート駅周辺 ●田舎館村役場企画観光課0172-58-2111

01

02

03

04

鵜ノ崎海岸

男鹿半島南部に位置する約1.5kmの美しい遠浅の海岸線。時間帯により海面に空が反射する幻想的な絶景が見られます。ドライブでの観光も人気です。

●JR男鹿駅より車で約10分
●男鹿市観光協会0185-24-4700

キタの記憶

増田の町並み
県内でも有数の豪雪地・横手市増田町は、2つの河川、2つの街道の合流地点であったことから、明治～昭和期にかけて商人の町として栄えました。家屋の中に「内蔵」を持つ、この土地ならではの建築が多く、国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されています。
●JR十文字駅よりバスで約5分
●増田町観光協会0182-45-5541

昔から大切にされてきた建物に、大小さまざまな道。
つくり手の思いがこもる手仕事やアート、そこに生まれる空気感。
それぞれの土地が持つ特別なストーリーを探しに、
現在と過去を行き来する、ステキな時間旅行へ出掛けませんか。

秋田
Akita
history and culture

01

02

03

01. 角館 武家屋敷通り
かつて城下町として栄え、「みちのくの小京都」とも呼ばれる角館。約700mのエリアに武家屋敷をはじめとする歴史的建造物が多く建ち並びます。アンティーク着物をレンタルしての散策や人力車の乗車もおすすめです。
●JR角館駅より徒歩で約15分
●仙北市観光情報センター「角館駅前蔵」0187-54-2700

02. 大館曲げわっぱ
木目が美しく、弾力性に富む秋田杉を使った「曲げわっぱ」は大館発祥の工芸品。県内の工房では、パン皿や弁当箱などの製作体験ができます。伝統の美と技術を肌で感じてください。
●大館曲げわっぱ協同組合0186-49-5221

03. 鳥海山木のおもちゃ美術館
旧小学校の木造校舎を活用した体験型木育施設。地元産木材を使った玩具や大型遊具が多数あり、大人も楽しめます。由利高原鉄道のおもちゃ列車「なかよしこよし」も話題です。
●由利高原鉄道鮎川駅より専用シャトルバスで約5分
●鳥海山木のおもちゃ美術館0184-74-9070

岩手
Iwate
history and culture

01

02

03

武家屋敷城内諏訪小路
旧仙台藩が「金ケ崎要害」を置いた土地の一部で、国の重要伝統的建造物群保存地区に指定。現存する寄棟造りの武家屋敷をはじめ、緑豊かな生垣や屋敷林などが往時の面影を残しています。一部の武家屋敷は見学できるほか、着付けや抹茶たて、習字などの体験メニューも実施。
●JR金ケ崎駅より徒歩で約15分

01. 正法寺
670年以上もの歴史を持つ、東北地方で最初に開かれた曹洞宗の寺院。日本一大きなかやぶき屋根で知られる法堂や庫裡などの建築は見応えがあります。毎年10月の祈祷会では県指定文化財の秘仏本尊「如意輪観世音菩薩坐像」の御開帳も。
●JR水沢江刺駅より車で約15分
●正法寺0197-26-4041

02. えさし藤原の郷
奥州藤原氏ゆかりの地にある歴史テーマパーク。広大な敷地に平安時代の建物が再現され、多数の映画やドラマのロケ地にもなっています。時代衣装の着付けなどの体験メニューも人気です。
●JR水沢江刺駅より車で約15分
●えさし藤原の郷0197-35-7791

03. 盛岡城跡公園（岩手公園）
盛岡藩・南部氏の居城であった城郭跡に整備された公園で、石川啄木や宮沢賢治も足しげく訪れた場所。石垣や堀が残るほか、四季折々の景観が美しく、市民の憩いの場となっています。
●JR盛岡駅より徒歩で約20分
●盛岡観光コンベンション協会019-604-3305
盛岡市都市整備部公園みどり課019-639-9057

青森
Aomori
history and culture

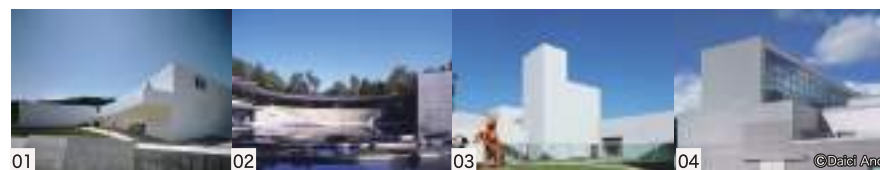
01

02

03

01. 弘前城
弘前藩主・津軽氏により築城され、現在は弘前公園として整備されています。国指定重要文化財の天守や隅櫓、城門をはじめ、三重の濠や橋などの見所の他、四季折々の景色が楽しめます。
●JR弘前駅より車で約10分
●弘前市立観光館0172-37-5501

02. 国指定名勝 盛美園
明治期の大地主・清藤盛美が一流庭師を招き、約9年の歳月をかけて完成させたという庭園が見事。和洋折衷の建築も美しく、ジブリ映画の舞台モデルになったといわれています。
●弘南鉄道津軽尾上駅より徒歩で約10分
●国指定名勝盛美園0172-57-2020

03. 中町こみせ通り
建物の表通りに設けられたひさし（こみせ）は、現代でいう「アーケード」。一帯には国指定重要文化財「高橋家住宅」や造り酒屋、蔵などが並び、風情あふれる街歩きが楽しめます。
●弘南鉄道黒石駅より徒歩で約10分
●（一社）黒石観光協会0172-52-3488

01 02 03 04 ©Daici Ano

奈良美智《A to Z Memorial Dog》2007年 ©Yoshitomo Nara

05

青森アートミュージアム５館連携プロジェクト
AOMORI GOKAN

複数の現代美術館を持ち、「アート県」の一面を持つ青森。県内5つの美術館やアートセンターが連携し、青森のアートの魅力を国内外へ発信するプロジェクトがスタートしました。見て、聞いて、嗅いで、触れて、味わって…。青森に息づくアートの世界を、ぜひ全身で体感してください。

01. 青森県立美術館
●JR新青森駅より車で約10分 ●017-783-3000

02. 青森公立大学 国際芸術センター青森
●JR青森駅より車で約40分 ●017-764-5200

03. 十和田市現代美術館
●JR七戸十和田駅より車で約20分 ●0176-20-1127

04. 八戸市美術館
●JR本八戸駅より徒歩で約10分 ●0178-45-8338

05. 弘前れんが倉庫美術館
●JR弘前駅より徒歩で約20分 ●0172-32-8950

食！北！食！キタ！

北の美食に思わず鳴らす舌鼓三拍子！

青森

ぽんっ！

アップルパイ 弘前市

りんご生産量日本一の弘前市はアップルパイ提供店が多いことでも有名。食べ歩きができるほど、各店が情熱を捧げる人気スイーツです。

●弘前市立観光館0172-37-5501

Aomori's Foods

のっけ丼 青森市

鮮魚市場「青森魚菜センター」の名物メニュー。どんぶりご飯を持って市場を巡り、好きなネタを購入し乗せていきます。手頃な値段で最高の一杯を！

●のっけ丼案内所017-763-0085

十和田バラ焼き 十和田市

十和田市民のソウルフード。牛バラ肉とたっぷりの玉ねぎを、しょうゆベースの甘辛いタレをからめて焼く、シンプルながら間違いない味のご当地グルメです。

●企業組合ラビアンローズ十和田バラ焼きゼミナール0176-25-7758

大間のマグロ 大間町

例年8月～翌1月頃にかけて大間町で水揚げされる、最高級の天然本マグロ。地元では、鮮度抜群で極上の味をリーズナブルに堪能できます。

●大間町役場産業振興課0175-37-2111

味噌カレー牛乳ラーメン 青森市

味噌をベースに、食欲をそそるカレースパイスとまろやかな牛乳、バターが見事にマッチした新感覚の一杯です。市内5つのラーメン店で味わえます。

●協同組合青森県味噌カレー牛乳ラーメン普及会017-766-8663

発酵ツーリズム

雪深く冬が長い土地柄、古くから発酵食文化が根付いてきた秋田。発酵関連施設や飲食店を巡って文化にふれてみませんか？！

本日あきた発酵中。

あきた発酵ツーリズム
AKITA FERMENTATION TOURISM

食のあきた推進課
公式インスタグラム

有限会社 石孫本店 湯沢市

味噌醤油醸造元。蔵見学可能。好みの醤油や味噌を塗って食べる「手焼きせんべい体験」が人気です。

●0183-73-2901

発酵小路 田屋（齋彌酒造店） 由利本荘市

老舗酒造店による「発酵」がテーマの複合施設。カフェでは齋彌酒造店で造られた酒屋造りのあま酒やパン、塩麹を使った料理が味わえます。

●0184-74-8207

羽場こうじ茶屋 くらを 横手市

「羽場こうじ店」の自慢の麹を使ったお茶や甘さけ、ヘルシーなランチや甘味などを提供しています。

●0182-45-3710

秋田

ぽんっ！

ババヘラアイス 男鹿市ほか

夏に国道沿いやイベントなどで販売。パラソルの下で地元女性が盛り付けるアイスはバナナとイチゴが定番の味。芸術的な「バラ盛り」ができる売り子さんも。

Akita's Foods

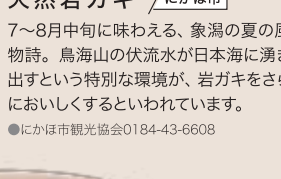
天然岩ガキ にかほ市

7～8月中旬に味わえる、象潟の夏の風物詩。鳥海山の伏流水が日本海に湧き出すという特別な環境が、岩ガキをさらにおいしくするといわれています。

●にかほ市観光協会0184-43-6608

稲庭うどん 湯沢市

日本三大うどんに数えられる、秋田を代表する味です。手延べ製法の平べったい麺には気泡があり中空になっているため食感が滑らかで喉ごし最高です。

●湯沢市観光物産協会0183-73-0415

横手やきそば 横手市

太く真っすぐなゆで麺に、肉は豚ひき肉を使い、トッピングに目玉焼きと福神漬けを乗せるのが特徴。市内約30店舗で各店こだわりの一皿を楽しめます。

●横手市観光協会0182-33-7111

盛岡三大麺

古くから盛岡で親しまれてきた3つの麺料理が話題となり、いつしか「盛岡三大麺」と呼ばれるようになりました。ぜひ現地で独自の麺文化を体感してください。

盛岡冷麺

強いコシと弾力のある歯ざわりが、他の麺料理にはない最大の特徴です。牛骨や鶏肉などをベースにしたスープは旨みが濃く、キムチで好みの辛さに調整して味わいます。

岩手

ぽんっ！

盛岡じゃじゃ麺

特製の肉味噌とキュウリに、ネギやショウガなどの薬味がたっぷりと乗った麺をよく混ぜていただきます。最後は卵を割り入れて、スープ「チータンタン」をどうぞ。

わんこそば

お殿様へのおもてなしが起源とされる郷土料理。「はい、じゃんじゃん」といった掛け声とともに次々と給仕される少量のそばを、さまざまな薬味と一緒に楽しみます。

Iwate's Foods

もち料理 一関市・平泉町

ユネスコ無形文化遺産に認定された「和食」の一つである「もち食文化」。甘いものから惣菜もちまで、その数は何と300種類以上。県南はもち料理を味わえる店が多数あります。

●一関市役所観光物産課0191-21-8415

宮古瓶ドン 宮古市

獲れたてのウニを牛乳瓶に詰めて保存するという地元独自の習慣から考案された新名物。旬の幸をたっぷりとご飯にかけて頬張りましょう。市内10店舗で提供。

●（一社）宮古観光文化交流協会0193-62-3534

ぼちぼちと、心を潤す時間となりました。

環境や人、文化、食を凝縮し、
表現する「酒」という存在。
のどを潤し、心を潤す
極上のひと時を、北東北の酒とともに。

秋田
Akita's sake

飛良泉 ／にかほ市
創業1487年、東北最古の由緒ある蔵元。伝統の山廃仕込みにこだわり、手間と時間を惜しまずに醸す酒はふくよかで快い酸味が特徴です。
●JR仁賀保駅より徒歩で約5分
●(株)飛良泉本舗0184-35-2031

福小町 ／湯沢市
400年以上の歴史を持つ老舗で、代表銘柄は「福小町」。匠の技と自然の力を最大限に生かす酒造りを行い、その味は常に進化しています。
●JR湯沢駅より徒歩で約15分
●(株)木村酒造0183-73-3155

刈穂 ／大仙市
六槽の油圧式酒槽(さかふね)がずらりと並ぶ蔵は全国的にも珍しく、香り高くキレのある酒質が好評です。手作りの手法を重視したこだわりの酒を造っています。
●JR神宮寺駅より徒歩で約10分
●秋田清酒株式会社0187-63-1224

太平山 ／潟上市
明治12(1879)年創業の酒、味噌、醤油の醸造元。酒造りにおいては、全国新酒鑑評会で3年連続金賞を受賞するなど、技術の高さで知られます。
●JR羽後飯塚駅から徒歩で約10分
●小玉醸造(株)018-877-2100

湖畔の杜ビール ／仙北市
「酒は風土を醸すもの」をポリシーにあきたこまち米を使用したビールを醸し続けています。全国酒類コンクールに入賞し続けているブルワリーの味わいを是非お楽しみ下さい。工場併設レストランORAEでは出来立てビールも！！
●JR田沢湖駅よりバスで約２０分
●(株)トースト0187-58-0608

小坂ワイン (小坂七滝ワイナリー) ／小坂町
国内に自生する山ぶどうに着目。オリジナルワイン専用種「山ぶどう系品種」を使用した日本ワインを製造。施設見学やワインの購入も楽しめます。
●JR大館駅より車で約40分
●小坂まちづくり(株)0186-29-2821

※ワイナリーにお越しの方は、スタッフにお話しいただけますとブドウ畑もご覧になれます。

青森
Aomori's sake

りんごの本場だからフレッシュ！

A-FACTORY AOMORI CIDRE ／青森市
繊細な泡立ちと爽やかな甘みが特徴の発泡性果実酒。海外の国際品評会で金賞を受賞したシードルは、青森県産りんごを100%使用。館内のレストランでは非加熱の生シードルを楽しめます。
●JR青森駅から徒歩約2分　●(株)JR東日本青森商業開発 A-FACTORY 017-752-1890

下北ワイン ／むつ市
農場は太平洋、津軽海峡、陸奥湾と3方向を海に囲まれる海辺のワイナリー。売店から工場内部を見学できます。
●JR大湊駅よりバスで約20分
●(有)サンマモルワイナリー 0175-42-3870

菊乃井 ／黒石市
「中町こみせ通り」にある蔵元で、代表銘柄は「菊乃井」。青森の米と酵母、南八甲田山の伏流水で醸す酒は芳醇ながらキレがあります。
●弘南鉄道黒石駅より徒歩で約10分　●(株)鳴海醸造店0172-52-3321

陸奥 八仙 ／八戸市
「陸奥八仙」で知られる蔵元で、酒蔵見学や試飲ができます。蔵の前の乗船場を出発し新井田川を運行する「八戸屋形船 新井田丸」では、船上で地酒の利き酒も楽しめます。
●JR陸奥湊駅より徒歩で約5分　●八戸酒造(株)0178-33-1171

桃川 ／おいらせ町
地元農家の米を100%使用し、奥入瀬川水系の軟水で醸す「おいらせ純米酒 穂ノ泉」が話題。町内約10軒の酒店で販売しています。
●青い森鉄道下田駅よりバスで約12分　●桃川(株)0178-52-2241

岩手
Iwate's sake

南部杜氏の技を堪能！

浜千鳥 ／釜石市
三陸海岸と北上山地に囲まれた蔵元。山海の幸に恵まれた地元の食中酒として愛される酒は、さらりとした口当たりとキレの良い甘みが特徴。
●JR小佐野駅より徒歩で約10分
●(株)浜千鳥0193-23-5613

南部美人 ／二戸市
南部杜氏の伝統技術を受け継ぐ蔵元。地元契約農家による酒米を使用し、中硬水の伏流水を使用して醸す酒は、種類の豊富さも魅力です。
●JR二戸駅よりバスで約10分　●(株)南部美人0195-23-3133

THE RIAS WINE ／陸前高田市
三陸海岸の潮風を受けて育つブドウで造る「リアスワイン」の醸造元。ミネラル感のあるフレッシュな味わいは、地元の魚介にもぴったり。
●JR大船渡線BRT脇ノ沢駅より車で約5分
●(有)神田葡萄園0192-55-2222

くずまきワイン ／葛巻町
特産品の山ぶどうを主原料とする国産ワインを製造・販売。ワイナリーでは工場見学が可能で、直売店やレストランも併設しています。
●JRいわて沼宮内駅より車で約1時間
●(株)岩手くずまきワイン0195-66-3111

ベアレンビール ／盛岡市
ドイツから移設した伝統的な醸造設備を使用してクラフトビールを製造。苦味やコクのバランスが良く、飲み飽きしない味わいが特徴です。
●JR盛岡駅よりタクシーで約10分
●(株)ベアレン醸造所019-606-0766

遠野麦酒(ZUMONA) ／遠野市
日本酒とクラフトビールの醸造元。遠野産ホップ100%で造る「遠野麦酒ZUMONA」は、国際コンクールでも高評価を得る逸品です。
●JR遠野駅よりタクシーで約10分
●上閉伊酒造(株)0198-62-2002